

พุทธนวัตกรรมด้านการสื่อสารเพื่อส่งเสริมการรู้เท่าทันข้อมูลออนไลน์ของผู้สูงอายุ

Buddhist Innovation in Communication to Promote Online Information Literacy of the Elderly

พระปลัดอาทิตย์ อธิปัตย์ (ศรีพารัตน์)

Phrapalad Arthit Theerapanyo (Sriparat),

บุญเลิศ โอธสุ*

Boonlert otsu

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ประเทศไทย

Graduate studies, Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand

Email: Arthit.sri@mcu.ac.th, boonlert.ot@mcu.ac.th

Received: January 28, 2026

Revised: April 04, 2026

Accepted: April 08, 2026

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแนวคิดการรู้เท่าทันสื่อและข้อมูลออนไลน์ของผู้สูงอายุในบริบทสังคมดิจิทัล รวมทั้งวิเคราะห์ปัญหาและความเสี่ยงจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ โดยบูรณาการหลักกาลามสูตร หลักโยนิโสมนสิการ และหลักการสื่อสารสมัยใหม่ เพื่อส่งเสริมทักษะการคิดวิเคราะห์ การตรวจสอบข้อมูล และการใช้สื่อออนไลน์อย่างมีสติของผู้สูงอายุ โดยใช้กระบวนการวิเคราะห์เชิงเอกสารจากหนังสือ วารสาร งานนิพนธ์ และสื่อออนไลน์ เพื่อให้ได้มาซึ่งองค์ความรู้เกี่ยวกับพุทธนวัตกรรมด้านการสื่อสารเพื่อส่งเสริมการรู้เท่าทันข้อมูลออนไลน์ของผู้สูงอายุ

ผลการวิเคราะห์พบว่า หลักกาลามสูตร หลักโยนิโสมนสิการ และหลักการสื่อสาร เป็นเครื่องมือในการพัฒนากระบวนการเรียนรู้และการวิเคราะห์ข้อมูลออนไลน์ โดยกำหนดโครงสร้างนวัตกรรมออกเป็น ๓ องค์ประกอบสำคัญ ได้แก่ (๑) กลยุทธ์แกนกลาง (Core Strategy) หรือ “๓ ประสานเพื่อปัญญา” ซึ่งประกอบด้วย การพิจารณาข้อมูลตามหลักกาลามสูตร การคิดอย่างแยกแยะตามหลักโยนิโสมนสิการ และการสื่อสารที่เหมาะสมกับบริบทของผู้สูงอายุ (๒) กระบวนการปฏิบัติเชิงรุก (๓ Action Pillars) ได้แก่ การออกแบบเนื้อหาที่เข้าใจง่าย การคัดกรองข้อมูลด้วยการคิดเชิงวิพากษ์ และการประเมินผลก่อนการนำข้อมูลไปใช้หรือเผยแพร่ และ (๓) เป้าหมายของนวัตกรรม คือการสร้างสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ที่ส่งเสริมการใช้สื่อดิจิทัลอย่างมีสติและรับผิดชอบ ผลการศึกษาพบว่า แนวคิดพุทธนวัตกรรมด้านการสื่อสาร

* ผศ.ดร.บุญเลิศ โอธสุ Asst.Prof.Dr.Boonlert otsu ที่ปรึกษา Advisor.

สามารถพัฒนาเป็น องค์ความรู้ในการเสริมสร้างการรู้เท่าทันสื่อของผู้สูงอายุ โดยเน้นการตรวจสอบข้อมูลก่อนเชื่อ การคิดวิเคราะห์อย่างเป็นเหตุเป็นผล และการใช้สื่อออนไลน์อย่างปลอดภัย องค์ความรู้ที่ได้ประกอบด้วย (๑) รูปแบบการบูรณาการหลักพุทธธรรมกับการสื่อสารดิจิทัลเพื่อการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ (๒) กระบวนการพัฒนาการคิดเชิงวิจารณ์ผ่านหลักกาลามสูตรและโยนิโสมนสิการ และ (๓) แนวทางการสร้างภูมิคุ้มกันดิจิทัลที่ช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถใช้สื่อออนไลน์อย่างสร้างสรรค์และเกิดประโยชน์ต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิตในสังคมดิจิทัล

คำสำคัญ: พุทธนวัตกรรม; การสื่อสาร; การรู้เท่าทันสื่อ; ผู้สูงอายุ

Abstract

This academic article investigates the concept of media and online information literacy among older adults within the framework of a digital society. It explores both the challenges and risks associated with using online social media while proposing a Buddhist innovation framework in communication. This involves integrating teachings from the Kalamasutta, Yonisomanasikara, and contemporary communication principles to foster critical thinking, information verification, and mindful consumption of online media among older audiences. By employing a document analysis methodology including resources such as books, academic journals, theses, and online media the study provides insights into Buddhist-inspired communication innovations aimed at enhancing older adults' media and information literacy.

The findings reveal the incorporation of the Kalamasutta, Yonisomanasikara and modern communication as foundational elements for structuring a learning process to assess and analyze online information. The developed innovation features three main components: (1) Core Strategy, encapsulated as “3 Harmonies for Wisdom,” which aligns critical thinking based on the Kalamasutta, prudent reasoning via Yonisomanasikara and context-sensitive communication tailored for older adults; (2) Proactive Practice Processes or 3 Action Pillars, encompassing the design of accessible explanations, fostering critical analysis of information, and careful evaluation before utilizing or sharing online content; and (3) the Ultimate Goal of Innovation, which seeks to establish a digital learning environment where mindful, ethical, and responsible engagement with online content is prioritized. Additionally, the study underlines how Buddhist-inspired communication innovation can be harnessed to strengthen media literacy among older

adults. The approach encourages habits such as verifying information prior to acceptance, applying logical reasoning, and safely navigating online platforms. Key outcomes derived from the research include: (1) a holistic model integrating Buddhist philosophy and digital communication for the educational needs of older adults; (2) a framework for cultivating critical thinking using the Yonisomanasikara and (3) recommendations for fostering “digital immunity,” enabling older adults to creatively engage with online content and derive meaningful lifelong learning experiences in the evolving digital era.

Keywords: Buddhist innovation; Communication; Information Literacy; Older adults

บทนำ

การสื่อสารเชิงพุทธได้ถูกนำมาประยุกต์เพื่อส่งเสริมความสามารถในการรู้เท่าทันข้อมูลออนไลน์ของผู้สูงอายุ โดยใช้หลักธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนาเป็นกรอบในการวางกระบวนการเรียนรู้ เน้นการสร้างสติ ปัญญา และการพิจารณาอย่างรอบคอบต่อข้อมูลที่ได้รับ ผู้สูงวัยจะได้รับการฝึกฝนให้ประเมินความถูกต้องของข่าวสาร แยกแยะข้อมูลจริงและเท็จ ตลอดจนใช้สื่อดิจิทัลอย่างมีวิจารณญาณและปลอดภัย กระบวนการดังกล่าวรวมทั้งการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การทำกิจกรรมร่วมกัน และการสร้างบรรยากาศที่เอื้อต่อการคิดไตร่ตรองตามหลักโยนิโสมนสิการ ซึ่งช่วยให้ผู้สูงวัยสามารถปรับตัวต่อเทคโนโลยีสมัยใหม่ พร้อมสร้างคุณค่าและความมั่นคงทางจิตใจควบคู่ไปกับการอยู่ร่วมในสังคมดิจิทัลได้อย่างยั่งยืน

การเปลี่ยนแปลงทางสังคมและเทคโนโลยีในยุคดิจิทัลได้ส่งผลกระทบอย่างมากต่อการเข้าถึงและการประมวลผลข้อมูล โดยเฉพาะกลุ่มผู้สูงอายุ ซึ่งมักมีความคุ้นเคยกับสื่อดั้งเดิมมากกว่าสื่อออนไลน์ การวิจัยพบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีทักษะการรู้เท่าทันข้อมูลออนไลน์ในระดับปานกลางถึงต่ำ ทำให้เสี่ยงต่อการรับข้อมูลเท็จ ขวาลง หรือเนื้อหาที่ไม่เหมาะสม ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมการตัดสินใจและคุณภาพชีวิตในชีวิตประจำวัน^๑ ดังนั้น การพัฒนากระบวนการสื่อสารที่เหมาะสมและเน้นการเสริมสร้างความรู้

^๑ รมิดา แอนดริวส์, ชันทอง วัฒนะประดิษฐ์ และ พระครูปลัดอดิศักดิ์ วชิรปญโญ, “การประยุกต์ใช้หลักสติเพื่อการสื่อสารอย่างสันติสุขกับผู้สูงวัย”, วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์ มจร, ปีที่ ๑๑ ฉบับที่ ๒ (มีนาคม-เมษายน ๒๕๖๖): ๕๕๕.

^๒ อัญมณี รักดีมวชน และคมสัน รัตนสีมากุล, “รูปแบบการใช้ประโยชน์และการรู้เท่าทันสื่อเฟซบุ๊กของผู้สูงอายุ”, วารสารวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย, ปีที่ ๑๗ ฉบับที่ ๒ (กรกฎาคม – ธันวาคม ๒๕๖๕): ๒๒-๒๔, พินิจ อัจจรรย และ พรชนิตร์ สีนาราช, “การวัดระดับการรู้เท่าทันสื่อสังคมของผู้สูงอายุในเขตอำเภอเมืองจังหวัดเชียงใหม่”, Journal of Information Science Research and Practice, ปีที่ ๔๒ ฉบับที่ ๓ (กรกฎาคม – กันยายน ๒๕๖๖): ๖๕.

เท่าทันสื่อสำหรับผู้สูงอายุจึงเป็นประเด็นที่มีความสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งในบริบทสังคมปัจจุบัน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง แนวคิดพุทธนวัตกรรมด้านการสื่อสารซึ่งเกิดจากความพยายามในการผสมผสานหลักธรรมทางพระพุทธศาสนากับกระบวนการสื่อสารสมัยใหม่ โดยมีเป้าหมายเพื่อสร้างความเข้าใจและความสามารถในการประเมินข้อมูลอย่างรอบคอบและมีสติ หลักการสำคัญ ได้แก่ การส่งเสริมสติ สมาธิ และการใช้โยนิโสมนสิการในการวิเคราะห์เนื้อหาและพฤติกรรมการสื่อสาร ซึ่งช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถแยกแยะข้อมูลจริงและเท็จ ใช้สื่อออนไลน์อย่างปลอดภัย และป้องกันผลกระทบด้านลบต่อจิตใจและสังคม^{๑๑} และกระบวนการพุทธนวัตกรรมด้านการสื่อสารมุ่งเน้นการออกแบบกิจกรรมเชิงปฏิบัติการที่ส่งเสริมการเรียนรู้ร่วมกัน โดยอาศัยวิธีการต่าง ๆ เช่น การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ การจำลองสถานการณ์ การใช้สื่อออนไลน์ และการสะท้อนผลการเรียนรู้ตามหลักธรรม การประยุกต์ใช้หลักธรรมช่วยให้การสื่อสารไม่ได้เกิดขึ้นเพียงเพื่อถ่ายทอดข้อมูล แต่ยังส่งเสริมการสร้างปัญญา คุณธรรม และความเข้าใจในบริบทสังคมของผู้สูงอายุ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดการศึกษาเพื่อพัฒนาที่ยั่งยืนที่เน้นการพัฒนามนุษย์ทั้งมิติทางปัญญา จิตใจ และสังคม ทั้งนี้ งานวิจัยด้านการรู้เท่าทันสื่อของผู้สูงอายุในประเทศไทยพบว่าการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมและกิจกรรมปฏิบัติจริงสามารถเพิ่มทักษะการวิเคราะห์และประเมินข้อมูลได้อย่างมีนัยสำคัญ โดยเฉพาะเมื่อนำแนวคิดพุทธนวัตกรรมมาประยุกต์ใช้ ผู้สูงอายุสามารถพัฒนาการรับรู้และการตอบสนองต่อข้อมูลออนไลน์อย่างมีสติ มีการไตร่ตรองและสามารถปรับตัวให้สอดคล้องกับบริบทดิจิทัลที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว^{๑๒}

ดังนั้น การสื่อสารเพื่อส่งเสริมการรู้เท่าทันข้อมูลออนไลน์ของผู้สูงอายุ ทำให้ผู้สูงอายุไม่เพียงแต่รับข้อมูลได้เท่านั้น แต่ยังสามารถสะท้อน วิเคราะห์ และประยุกต์ใช้ข้อมูลอย่างเหมาะสม ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดว่าการสื่อสารเชิงพุทธเป็นทั้งกระบวนการและเครื่องมือที่ช่วยพัฒนาปัญญา ความเมตตา และความอดทน อันนำไปสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิตและการอยู่ร่วมในสังคมดิจิทัลอย่างยั่งยืน ดังนั้น การนำพุทธนวัตกรรมด้านการสื่อสารมาประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมการรู้เท่าทันข้อมูลออนไลน์ของผู้สูงอายุจึงเป็นกระบวนการที่ผสานทั้งความรู้เชิงเทคนิคของสื่อดิจิทัลและหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา เพื่อพัฒนาทักษะการคิดวิเคราะห์ การประเมินข้อมูล และการตัดสินใจอย่างมีสติและปัญญา ทำให้ผู้สูงอายุสามารถปรับตัวและใช้สื่อออนไลน์อย่างปลอดภัย มีคุณค่า และสอดคล้องกับการพัฒนาชีวิตอย่างยั่งยืนในบริบทสังคมปัจจุบัน

^{๑๑} ศิโรช แท่นรัตนกุล, “ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้การเท่าทันสื่อกับความต้องการเรียนรู้การเท่าทันสื่อด้านสุขภาพของผู้สูงอายุในจังหวัดเชียงใหม่”, CRRU Journal of Communication, ปีที่ ๘ ฉบับที่ ๑ (๒๕๖๘): ๗๗-๗๘.

^{๑๒} พินิจ อัจจรรย และ พรชนิตว์ สีนาราช, “การวัดระดับการรู้เท่าทันสื่อสังคมของผู้สูงอายุในเขตอำเภอเมืองจังหวัดเชียงใหม่”, Journal of Information Science Research and Practice, ปีที่ ๔๒ ฉบับที่ ๓ (กรกฎาคม-กันยายน ๒๕๖๖) : ๖๗-๖๘.

แนวคิดพุทธนวัตกรรมด้านการสื่อสาร

นวัตกรรม หมายถึง กระบวนการทำให้เกิดความใหม่ขึ้นอีกครั้ง (Renewal) โดยมุ่งเน้นการปรับปรุงและต่อยอดจากสิ่งที่มีอยู่เดิม ควบคู่กับการพัฒนาศักยภาพของบุคลากร รวมถึงหน่วยงานหรือองค์กรโดยรวม ทั้งนี้ นวัตกรรมมิได้หมายถึงการจัดหรือทำลายสิ่งเดิมให้หมดสิ้น หากแต่เป็นการเสริมสร้าง ปรับปรุงประยุต์ และพัฒนาอย่างสร้างสรรค์ เพื่อให้ระบบสามารถดำรงอยู่ ปรับตัว และก้าวทันต่อการเปลี่ยนแปลงได้อย่างยั่งยืน^๕

นวัตกรรม เป็นการนำวิธีการหรือแนวทางใหม่ ๆ มาประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงาน ซึ่งผ่านกระบวนการพัฒนาอย่างเป็นลำดับขั้น เริ่มตั้งแต่การคิดค้น (Invention) การพัฒนา (Development) และการทดลองใช้ในวงจำกัด (Pilot Project) ก่อนนำไปใช้จริงในทางปฏิบัติ ทั้งนี้ การนำนวัตกรรมไปใช้ย่อมก่อให้เกิดรูปแบบหรือวิธีการดำเนินงานที่แตกต่างไปจากเดิมอย่างมีนัยสำคัญ^๖ โดยนำวิธีการหรือแนวปฏิบัติใหม่ ๆ มาใช้จริงภายหลังจากผ่านการทดลองหรือการพัฒนาแล้ว โดยการนำไปประยุกต์ใช้นั้นก่อให้เกิดรูปแบบการดำเนินงานที่แตกต่างจากแนวปฏิบัติเดิมที่เคยใช้มาอย่างชัดเจน^๗ และนวัตกรรมยังเป็นการสร้างสิ่งใหม่ที่มีได้หยุดอยู่เพียงการสร้างสรรค์เท่านั้น หากแต่เป็นการก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในด้านผลผลิต การบริการ และกระบวนการทำงาน อันนำไปสู่การสร้างคุณค่าและมูลค่าเพิ่มอย่างต่อเนื่องและไม่สิ้นสุด ในบริบทนี้ แนวคิดการมุ่งสู่ “พุทธนวัตกรรม” จึงเป็นการนำการวิจัยเชิงพุทธมาประยุกต์ใช้เพื่อพัฒนาจิตใจ และสังคมโดยรวม แนวทางการสร้างพุทธนวัตกรรมประกอบด้วยองค์ประกอบสำคัญ ๔ ประการ ได้แก่ ศาสนบุคคล ศาสนธรรม ศาสนวัตถุ และศาสนพิธี โดยการพัฒนานวัตกรรมทางพุทธศาสนาแล้วดำเนินอยู่ภายใต้กรอบองค์ประกอบดังกล่าว ทั้งนี้ การสร้างพุทธนวัตกรรมในมิติของศาสนาธรรม หมายถึง การพัฒนากรณฐานทางพระพุทธศาสนาในฐานะหลักการดำเนินชีวิตที่นำไปสู่ความสุขอย่างแท้จริง ซึ่งถือเป็นภารกิจเร่งด่วนของสถานศึกษาทางพระพุทธศาสนาและสถาบันอุดมศึกษาในปัจจุบัน ทั้งนี้ พุทธนวัตกรรม เป็นการนำหลักพระธรรมมาประยุกต์ใช้เพื่อพัฒนาชีวิตอย่างยั่งยืนโดยเชื่อมโยงกับกระบวนการศึกษา เหตุผลสำคัญที่จำเป็นต้องศึกษาในสถาบันการศึกษา เนื่องจากสถาบันการศึกษาไม่ได้มุ่งให้เพียงความรู้ทางวิชาการเท่านั้น หากยังเอื้อต่อการเรียนรู้ผ่านบรรยากาศการศึกษา วิธีการปรับตัว การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างศิษย์กับอาจารย์ ตลอดจนการเรียนรู้ซึ่งกันและกันอย่างรอบด้าน อันก่อ

^๕ Morton, J.A., **Organizing for innovation; A systems approach to technical management**, (New York: McGraw-Hill, 1971), p. 145.

^๖ Roger, E.M. & Shoemaker, F.F., **Communication of Innovation**, 2nd ed., (New York: The Free Press, 1971), p.173.

^๗ ธนัท ติระพรชัย, “พุทธนวัตกรรมกับการพัฒนาทุนมนุษย์”, **วารสารสหวิทยาการนวัตกรรมปริทรรศน์**, ปีที่ ๗ ฉบับที่ ๑ (มกราคม - กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗): ๓๑๓.

ให้เกิดคุณูปการต่อการพัฒนาผู้เรียนในมิติที่หลากหลาย นอกจากนี้ สถาบันการศึกษายังมีบทบาทในการจัดสภาพแวดล้อมที่เปิดกว้างต่อการเรียนรู้ในแนวทางที่แตกต่างกันอย่างเหมาะสม อีกทั้งการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืนควรเป็นการศึกษาที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนรู้จักคิดอย่างมีระบบ ตามหลักโยนิโสมนสิการสามารถพิจารณาเหตุและปัจจัย วิเคราะห์ย้อนกลับไปถึงรากเหง้าของปัญหา และมีความสามารถในการคิดแยกแยะอย่างมีเหตุผล อันนำไปสู่การแก้ไขปัญหาและการพัฒนาตนเองและสังคมอย่างยั่งยืน^๙

จากแนวคิดนวัตกรรมและพุทธนวัตกรรมซึ่งมุ่งเน้นการพัฒนามนุษย์และสังคมอย่างยั่งยืน จะเห็นได้ว่าการนำหลักธรรมมาประยุกต์ใช้ให้เกิดผลในทางปฏิบัติ จำเป็นต้องอาศัยกระบวนการสื่อสารที่เหมาะสมเป็นเครื่องมือสำคัญในการถ่ายทอด สร้างความเข้าใจ และก่อให้เกิดการเรียนรู้ร่วมกัน การสื่อสารจึงมิได้เป็นเพียงการสื่อสารข้อมูลเท่านั้น หากแต่เป็นกระบวนการสื่อสารที่ตั้งอยู่บนฐานของปัญญาคุณธรรม และการพิจารณาเหตุปัจจัย ซึ่งการสื่อสารเป็นกระบวนการพื้นฐานที่อยู่เบื้องหลังพฤติกรรมมนุษย์ทั้งในชีวิตประจำวันและระบบสังคมที่ซับซ้อน โดยนักวิชาการนิยามการสื่อสารว่าเป็นกระบวนการส่งผ่านข้อมูล ข้อความ และความหมายระหว่างผู้ส่งสารกับผู้รับสาร เพื่อสร้างการรับรู้ร่วมกันและลดความคลาดเคลื่อนของความเข้าใจในบริบทต่าง ๆ แนวคิดพื้นฐานนี้ได้รับการพัฒนาอย่างเป็นระบบ ซึ่งได้วางรากฐานของ ทฤษฎีสารสนเทศ (Information Theory) ซึ่งอธิบายการสื่อสารในเชิงคณิตศาสตร์ผ่านองค์ประกอบหลัก ได้แก่ แหล่งข้อมูล ตัวแปลงสัญญาณ ช่องทางสื่อสาร ผู้รับ และจุดหมายปลายทาง ในบริบทการสื่อสารระหว่างบุคคล^{๑๐} การสื่อสารทำหน้าที่ลดความไม่แน่นอนระหว่างผู้เข้าร่วมได้ตอบ โดยเฉพาะในช่วงเริ่มต้นของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ทฤษฎีนี้ระบุว่า การเพิ่มขึ้นของพฤติกรรม การสื่อสารจะสัมพันธ์กับการลดระดับความไม่แน่นอนและส่งผลกระทบต่อพัฒนาการของความสัมพันธ์ในระยะยาว สะท้อนให้เห็นว่าการสื่อสารมิใช่เพียงการถ่ายทอดข้อมูลเท่านั้น แต่ยังเป็นกลไกที่บุคคลใช้เพื่อสร้างความเข้าใจซึ่งกันและกันและจัดการกับความไม่แน่นอนในบริบทที่เปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลา^{๑๑} นอกจากนี้ แนวคิดการจัดการความไม่แน่นอนในกระบวนการสื่อสารยังได้รับการขยายผลไปสู่การศึกษาวิจัยในบริบทต่าง ๆ อาทิ การสื่อสารผ่านสื่อใหม่ (computer-mediated communication), การสื่อสารข้ามวัฒนธรรม และการสื่อสารในสถานการณ์ที่มีข้อจำกัดด้านข้อมูล ซึ่งแสดงให้เห็นว่าทฤษฎีการสื่อสาร

^๙ พระเทพวัชรบัณฑิต (สมจินต์ สมมาบุญโญ), มจร ชู “พุทธนวัตกรรมการเรียนรู้และพัฒนาที่ยั่งยืน, [ออนไลน์], แหล่งข้อมูล: <https://d.dailynews.co.th/education/828960/> [๒๒ มกราคม ๒๕๖๔].

^{๑๐} Shannon, C.E., “A mathematical theory of communication”, *Bell System Technical Journal*, Vol.27 (1948): 379-423, 623-656.

^{๑๑} Berger, C.R., & Calabrese, R.J., “Some explorations in initial interaction and beyond: Toward a developmental theory of interpersonal communication”, *Human Communication Research*, Vol. 1 No. 2 (1975): 99-112.

ที่ดีต้องสามารถอธิบายและทำนายพฤติกรรมการสื่อสารภายใต้รูปแบบสังคมต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ^{๑๑} จากมุมมองเชิงวิชาการ การสื่อสารจึงไม่ใช่เพียงการส่งผ่านข้อความ แต่เป็นกระบวนการสร้างความหมายที่ประกอบด้วยองค์ประกอบหลายด้าน ทั้งเชิงโครงสร้างของระบบการส่งสาร การจัดการความไม่แน่นอน และการปฏิสัมพันธ์ทางสังคม นอกจากนี้ ยังต้องคำนึงถึงบริบททางวัฒนธรรมและสภาพแวดล้อมของผู้เข้าร่วมการสื่อสารเพื่อให้การสื่อสารนั้นมีประสิทธิผลและเกิดความเข้าใจร่วมกันอย่างแท้จริง

การสื่อสารในยุคปัจจุบันมีความซับซ้อนและเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทั้งในด้านปริมาณของข้อมูล วิธีการเผยแพร่ และช่องทางที่หลากหลาย การผสมผสานแนวคิดเชิงพุทธเข้ากับกระบวนการสื่อสาร ช่วยสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการแลกเปลี่ยนข้อมูลอย่างมีสติ มีวิจารณญาณ และลดผลกระทบจากข้อมูลที่บิดเบือนหรือสร้างความเข้าใจผิด อีกทั้งยังส่งเสริมให้ผู้รับสารมีทักษะในการประเมินและใช้ข้อมูลอย่างเหมาะสม ตลอดจนสร้างสังคมดิจิทัลที่มีคุณธรรมและความรับผิดชอบร่วมกัน สิ่งเหล่านี้เรียกว่า “พุทธธรรม” อันเป็นคำสอนของพระพุทธเจ้าคือธรรมะที่นำไปสู่การเข้าถึงความเป็นพระพุทธเจ้า ทำให้ผู้ปฏิบัติเป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน และดำรงชีวิตบนพื้นฐานของความดีและความจริง ซึ่งเป็นหลักการที่พระพุทธเจ้าทรงค้นพบด้วยตนเองและได้นำมาประกาศเผยแผ่เพื่อประโยชน์แก่สรรพสัตว์^{๑๒} การสื่อสารหรือการแสดงธรรมของพระพุทธเจ้านั้นเป็นไปอย่างมีเหตุผล มีการกำหนดเป้าหมายและวัตถุประสงค์ของการสื่อสาร พร้อมทั้งกำหนดกลุ่มเป้าหมายอย่างชัดเจนนอกจากนี้ยังมีการจัดรูปแบบเนื้อหาสาระเพื่อสื่อสารได้เหมาะสมกับผู้รับสารเป็นอย่างดี หลักการสำคัญของการสื่อสารพุทธธรรมสามารถทำความเข้าใจได้จากโอวาทปาติโมกข์ ซึ่งเป็นคำสอนสำคัญและถือเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา โดยเป็นหลักการชี้แนะให้ผู้ปฏิบัติยึดถือและนำไปปฏิบัติอย่างเคร่งครัด โดยเฉพาะในตอนที ๓ ที่กล่าวว่า อนุปวาโท หมายถึง การงดเว้นจากการกล่าวร้าย โจมตี หรือดูถูกความเชื่อของผู้อื่น และมุ่งพูดเฉพาะสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อผู้ฟัง แม้ว่าผู้นั้นอาจไม่เลื่อมใสหรือไม่มีศรัทธาในคำสอนก็ตาม นักสื่อสารพุทธธรรมจึงต้องงดเว้นจากการรุกรานหรือกล่าวร้ายทั้งต่อบุคคลและต่อหลักธรรมคำสอนอื่น ๆ ในสมัยพุทธกาล การเผยแผ่พระพุทธศาสนามักถูกโจมตีหรือใส่ร้ายจากลัทธิต่าง ๆ แต่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนพระสาวกว่าไม่ให้ตอบโต้ด้วยการใส่ร้ายผู้อื่นหรือศาสนาอื่น แต่ให้เผยแผ่ธรรมตามความเป็นจริง ซึ่งหลักปฏิบัตินี้พระสงฆ์ผู้สืบทอดศาสนาทรงถือปฏิบัติมาจนถึงปัจจุบัน^{๑๓} แนวปฏิบัตินี้สอดคล้องอย่างยิ่งกับหลักกาลามสูตร ซึ่งพระพุทธเจ้า

^{๑๑} Xing, Y., “The use of uncertainty reduction theory in communication”, *Journal of Education, Humanities and Social Sciences*, Vol.22 (2023): 321–327.

^{๑๒} พระศรีคัมภีร์ญาณ (สมจินต์ วันจันทร์), **พุทธปรัชญา**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), หน้า ๔๘.

^{๑๓} พระพรหมวชิรญาณ (ปสฤทธิ์ เขมงโกโร สุทธิพันธุ์), **เพชรพระไตรปิฎก**, กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด เจริญวิทย์การพิมพ์, ๒๕๖๑), หน้า ๑๖๔.

ทรงสอนให้พิจารณาและยอมรับสิ่งต่าง ๆ ด้วยความรอบคอบ ไม่เชื่อโดยอาศัยเพียงการเล่าลือ การคาดเดา ความคิดเห็นส่วนบุคคล ความเชื่อที่ฝังใจ หรืออิทธิพลจากกลุ่มสังคม แต่ให้ตรวจสอบ วิเคราะห์ และพิจารณาข้อมูลด้วยตนเอง โดยยึดหลักเหตุผลและประสบการณ์ตรงเป็นฐานในการตัดสินใจ การสื่อสารพุทธธรรมภายใต้กรอบของกาลามสูตรจึงเน้นให้ผู้รับสารมีวิจารณญาณ สามารถแยกแยะข้อมูลที่ถูกต้อง และเป็นประโยชน์จากข้อมูลที่คลาดเคลื่อนหรือมีเจตนาบิดเบือน ตลอดจนสามารถนำความรู้ไปใช้ปรับปรุงพฤติกรรมและการดำรงชีวิตอย่างเหมาะสม ด้วยเหตุนี้ การสื่อสารเชิงพุทธ หรือพุทธนวัตกรรมด้านการสื่อสารในยุคปัจจุบันจึงไม่เพียงแต่เป็นการถ่ายทอดเนื้อหาสาระของคำสอน แต่ยังเป็นกระบวนการฝึกฝน การคิดวิเคราะห์ การพิจารณาอย่างมีเหตุผล และการตัดสินใจอย่างมีสติ ซึ่งสอดคล้องกับหลักกาลามสูตร ทำให้ผู้ปฏิบัติสามารถสร้างความเข้าใจที่แท้จริงต่อสิ่งรอบตัว มีความรับผิดชอบต่อการใช้ข้อมูล และสามารถดำรงชีวิตในสังคมดิจิทัลได้อย่างมีคุณธรรม

ผู้สูงอายุกับพฤติกรรมการรับรู้ข้อมูลออนไลน์

ในสังคมดิจิทัล ผู้สูงอายุได้ก้าวเข้ามาเป็นกลุ่มผู้ใช้สื่อออนไลน์อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ไม่ว่าจะเป็นเพื่อการสื่อสารกับครอบครัว การเข้าถึงข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพ สังคม หรือการดำรงชีวิตประจำวัน อย่างไรก็ตาม ลักษณะการรับรู้และการประมวลผลข้อมูลของผู้สูงอายุมักได้รับอิทธิพลจากประสบการณ์ชีวิตเดิม ความคุ้นชินกับสื่อแบบดั้งเดิม และข้อจำกัดด้านทักษะดิจิทัล ส่งผลให้การรับข้อมูลออนไลน์เกิดทั้งโอกาสและความเสี่ยงไปพร้อมกัน ผู้สูงอายุจำนวนไม่น้อยมีแนวโน้มเปิดรับข้อมูลจากแหล่งที่หลากหลายโดยไม่สามารถแยกแยะความน่าเชื่อถือได้อย่างรอบคอบ ทำให้ตกอยู่ในภาวะข้อมูลล้นเกินหรือการรับข่าวสารที่บิดเบือน การทำความเข้าใจพฤติกรรมการรับรู้ข้อมูลออนไลน์ของผู้สูงอายุจึงเป็นประเด็นสำคัญต่อการพัฒนากระบวนการเรียนรู้และการสื่อสารที่เหมาะสม เพื่อเสริมสร้างการคิดวิเคราะห์ การตัดสินใจอย่างมีสติ และการใช้สื่อออนไลน์อย่างปลอดภัยและสอดคล้องกับบริบทการเปลี่ยนแปลงของสังคมปัจจุบัน

สภาพสังคมปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงทั้งจากปัจจัยภายในครอบครัวและปัจจัยภายนอก ทำให้ผู้สูงอายุหลายคนต้องอยู่ห่างจากบุตรหลานมากขึ้น เนื่องจากบุตรหลานต้องไปศึกษาต่อหรือทำงานในต่างจังหวัดหรือพื้นที่ห่างไกล ส่งผลให้ขนาดครอบครัวเล็กลง และผู้สูงอายุต้องแยกออกมาใช้ชีวิตในครอบครัวเล็ก ๆ ด้วยเหตุนี้ ผู้สูงอายุจึงจำเป็นต้องปรับพฤติกรรมการติดต่อสื่อสารให้เหมาะสมกับบริบทใหม่ การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์จึงมีบทบาทสำคัญในการสื่อสารให้เกิดประสิทธิภาพ ผู้สูงอายุต้องเปิดรับเทคโนโลยี เช่น โทรศัพท์มือถือหรือคอมพิวเตอร์ ซึ่งช่วยให้สามารถติดตามข่าวสารทั่วโลก และค้นหาสิ่งใหม่ ๆ ที่สนใจหรือจำเป็นต่อชีวิตประจำวันได้ง่ายเพียงพิมพ์ข้อความค้นหา นอกจากนี้ การแลกเปลี่ยนเรื่องราวชีวิตและข้อมูลข่าวสารกับบุคคลรุ่นเดียวกัน ยังช่วยให้ผู้สูงอายุรู้สึกมีคุณค่า ไม่โดดเดี่ยว และเสริมสร้างความรู้สึกร่วมเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ทำให้พวกเขามีความสำคัญและเป็นที่ต้องการ

ในสังคมมากยิ่งขึ้น^{๑๕} จากการศึกษาของ มนัสสินี บุญมีศรีสง่า และมินตรา สดชื่น^{๑๕} พบว่า แอปพลิเคชันไลน์ (Line) เป็นเครื่องมือที่ผู้สูงอายุใช้อย่างแพร่หลาย เนื่องจากสามารถส่งข้อความได้ฟรีตลอด ๒๔ ชั่วโมงจากทุกมุมโลก นอกจากการส่งข้อความแล้ว ไลน์ยังรองรับการส่งข้อมูลในรูปแบบภาพและเสียง รวมถึงการสนทนาด้วยวิดีโอคอล ทำให้การติดต่อสื่อสารสะดวกและมีประสิทธิภาพ อีกทั้งในตัวแอปยังมีสติ๊กเกอร์ซึ่งช่วยแสดงอารมณ์หรือความรู้สึกของผู้ใช้อย่างง่ายดายและไม่ซับซ้อน เหมาะสำหรับผู้สูงอายุ นอกจากนี้ ผู้สูงอายุนิยมใช้ยูทูบ (YouTube) เพื่อกิจกรรมยามว่าง เช่น การดูข่าวสาร หรือดูละครย้อนหลัง อย่างไรก็ตาม เนื่องจากสื่อออนไลน์เป็นสิ่งใหม่และมีการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง การเรียนรู้ของผู้สูงอายุจึงมีความท้าทายมากกว่ากลุ่มวัยรุ่นหรือวัยทำงาน ผู้สูงอายุมักวิตกกังวลเกี่ยวกับวิธีใช้งาน กลัวการผิดพลาด และไม่กล้าลงทำด้วยตนเอง ทำให้การพัฒนาทักษะดิจิทัลในผู้สูงอายุเป็นไปอย่างช้า ๆ ส่วนใหญ่จึงต้องพึ่งพาการเรียนรู้จากลูกหลานหรือผู้ใกล้ชิดเป็นหลัก

ปัญหาสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อผู้สูงอายุในยุคดิจิทัล คือการดำรงอยู่ท่ามกลางสภาพแวดล้อมของข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพที่มีจำนวนมาก มีความหลากหลายทั้งในด้านเนื้อหา รูปแบบ และแหล่งที่มา อีกทั้งยังถูกเผยแพร่และส่งต่ออย่างรวดเร็วผ่านสื่อออนไลน์ สื่อสังคมออนไลน์ และแพลตฟอร์มดิจิทัลต่าง ๆ ซึ่งส่งผลให้ผู้สูงอายุมีความเสี่ยงต่อการรับข้อมูลที่คลาดเคลื่อนหรือขาดการกลั่นกรองอย่างเหมาะสม^{๑๖} ซึ่งส่งผลให้ผู้สูงอายุมีความเสี่ยงต่อการรับข้อมูลที่คลาดเคลื่อน ข้อมูลบิดเบือน หรือข้อมูลที่ขาดบริบทความจริง อันอาจนำไปสู่ความเข้าใจผิดเกี่ยวกับประเด็นทางสังคม เศรษฐกิจ วัฒนธรรม และเหตุการณ์ร่วมสมัย ตลอดจนการตัดสินใจหรือการแสดงออกที่ไม่สอดคล้องกับข้อเท็จจริง ในบริบทดังกล่าวความสามารถในการเข้าถึง ทำความเข้าใจ วิเคราะห์ เปรียบเทียบ และประเมินความน่าเชื่อถือของข้อมูลจากแหล่งออนไลน์ต่าง ๆ จึงกลายเป็นทักษะสำคัญสำหรับผู้สูงอายุ การส่งเสริมการเรียนรู้ด้านการรู้เท่าทันข้อมูลออนไลน์ไม่เพียงช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถคัดกรองข่าวสารได้อย่างมีวิจารณญาณเท่านั้น แต่ยังเอื้อต่อการใช้สื่อดิจิทัลอย่างสร้างสรรค์ มีเหตุผล และรับผิดชอบ อันเป็นพื้นฐานของการมีส่วนร่วมในสังคมดิจิทัลอย่างรู้เท่าทันและมีคุณค่า ทั้งนี้ การเรียนรู้เป็นกระบวนการที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งในด้านความรู้ ความคิด ทักษะ ทศนคติ ตลอดจนพฤติกรรม อันเป็นผลสืบเนื่องมาจากประสบการณ์ที่บุคคลได้รับ

^{๑๕} ชัชชญา เรืองยศ, “การรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ของผู้สูงอายุ”, การค้นคว้าอิสระ วารสารศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการการสื่อสารองค์กร, (คณะวารสารศาสตร์และสื่อสารมวลชน: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๖๓), หน้า ๑.

^{๑๕} มนัสสินี บุญมีศรีสง่า และมินตรา สดชื่น, “รูปแบบการใช้โซเชียลมีเดียของผู้สูงอายุในสังคมไทย กรณีศึกษาเขตกรุงเทพมหานคร”, รายงานสืบเนื่องการประชุมสัมมนาวิชาการ (Proceedings) การประชุมวิชาการมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล ครั้งที่ ๙, (มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี, ๒๕๖๐), หน้า ๕๘๗-๕๙๔.

^{๑๖} Matlabi, H., Allahverdipour, H., & Ahmadi, A., “Online misinformation against older adults during the COVID-19 pandemic: A brief overview”, *Elderly Health Journal*, Vol.9 No.1 (2023): 39-43.

การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวสะท้อนถึงการพัฒนาขีดความสามารถที่แสดงออกในรูปแบบของพฤติกรรมอย่างค่อนข้างถาวร ซึ่งเกิดจากการฝึกฝน การเรียนรู้ซ้ำ และการได้รับการเสริมแรงในลักษณะต่าง ๆ มิได้เป็นผลจากการตอบสนองตามสัญชาตญาณตามธรรมชาติ การเจริญเติบโตตามวุฒิภาวะ หรือเหตุบังเอิญแต่อย่างใด^{๑๗} โดยการเรียนรู้จำแนกได้ ๖ ระดับตามลำดับความซับซ้อนของกระบวนการคิด ได้แก่

๑. ความรู้ (Knowledge) ซึ่งเป็นระดับพื้นฐานที่สุด มุ่งเน้นการจดจำข้อเท็จจริง ข้อมูล และเนื้อหาต่าง ๆ

๒. ความเข้าใจ (Comprehension) เป็นความสามารถในการอธิบาย แปลความ และทำความเข้าใจสาระสำคัญของสิ่งที่เรียนรู้

๓. การประยุกต์ใช้ (Application) คือการนำความรู้และความเข้าใจไปใช้ในสถานการณ์ใหม่หรือแก้ไขปัญหาได้อย่างเหมาะสม

๔. การวิเคราะห์ (Analysis) เป็นความสามารถในการแยกแยะองค์ประกอบ ตรวจสอบความสัมพันธ์ และพิจารณาปัญหาอย่างเป็นระบบ

๕. การสังเคราะห์ (Synthesis) หมายถึงการนำองค์ประกอบหรือแนวคิดต่าง ๆ มารวมกันเพื่อสร้างรูปแบบหรือโครงสร้างใหม่ที่แตกต่างจากเดิม

๖. การประเมินค่า (Evaluation) ซึ่งเป็นระดับสูงสุด เป็นความสามารถในการตัดสินคุณค่า ความถูกต้องหรือความเหมาะสม โดยอาศัยเหตุผล หลักฐาน และเกณฑ์ที่ชัดเจนประกอบการตัดสินใจ^{๑๘}

ดังนั้นแล้ว การพัฒนาทักษะการเรียนรู้เท่าทันข้อมูลออนไลน์ของผู้สูงอายุจึงไม่ใช่เพียงการสอนวิธีใช้เครื่องมือหรือแพลตฟอร์มดิจิทัลเท่านั้น แต่เป็นการสร้างกระบวนการเรียนรู้ที่บูรณาการทั้งความรู้เชิงเทคนิค ความสามารถในการคิดวิเคราะห์ และทักษะการตัดสินใจอย่างมีสติและวิจารณญาณ ผู้สูงอายุจำเป็นต้องได้รับการสนับสนุนให้สามารถเข้าถึงข้อมูล ตรวจสอบความถูกต้อง เปรียบเทียบแหล่งข้อมูล และประเมินคุณค่าของข่าวสารอย่างรอบด้าน การส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้อย่างเป็นระบบในระดับต่าง ๆ ตามกรอบการเรียนรู้ของบลูม ซึ่งจะช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถประยุกต์ใช้ข้อมูลได้อย่างเหมาะสม ป้องกันการเข้าใจผิด และตัดสินใจได้อย่างมีเหตุผล ซึ่งจะนำไปสู่การใช้สื่อออนไลน์อย่างปลอดภัยและสร้างคุณค่า ทั้งต่อชีวิตตนเองและต่อสังคมโดยรวมในยุคดิจิทัลที่เต็มไปด้วยข้อมูลและการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว

^{๑๗} ศิโรช แท่นรัตนกุล, “การพัฒนากิจกรรมการเรียนรู้และส่งเสริมการเรียนรู้เท่าทันสื่อด้านสุขภาพเพื่อสร้างภูมิคุ้มกันด้านสุขภาพและพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ”, **รายงานวิจัย**, (มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่, ๒๕๖๗).

^{๑๘} Bloom, B.S. (Ed.), “Taxonomy of educational objectives: The classification of educational goals”, **Handbook I: Cognitive domain**, (Longmans: Green, 1959), p. 243.

การรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ของผู้สูงอายุ

การดำรงชีวิตของผู้สูงอายุในสภาพแวดล้อมสื่อดิจิทัลในยุคปัจจุบัน จำเป็นต้องคำนึงถึงอิทธิพลของสื่อที่มีข้อมูลข่าวสารจำนวนมาก โดยเฉพาอย่างยิ่งประเด็นด้านความปลอดภัยในโลกออนไลน์ การกลั่นแกล้งทางไซเบอร์ และการเผยแพร่หรือส่งต่อข้อมูลเท็จเพื่อสร้างความเข้าใจผิดหรือเพื่อการหลอกลวง ดังนั้น เพื่อลดปัญหาดังกล่าว ผู้สูงอายุจึงจำเป็นต้องมีความรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ เพื่อให้สามารถรับมือกับข่าวปลอมได้อย่างมีวิจารณญาณ ควบคู่กับการมีทักษะชีวิตที่เหมาะสมและการมีสุขภาวะที่ดี ไม่ตกเป็นเหยื่อของสิ่งมอมเมาต่าง ๆ ที่แฝงมากับสื่อดิจิทัลได้โดยง่าย ทั้งนี้ ทักษะสำคัญดังกล่าวคือ “การรู้เท่าทันสื่อ”^{๑๙}

งานศึกษาต่าง ๆ ชี้ให้เห็นว่า การรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ของผู้สูงอายุเป็นประเด็นสำคัญที่ควรได้รับความสนใจไม่แพ้การรู้เท่าทันสื่อของเด็กและวัยรุ่น จากผลการวิจัยของกองทุนพัฒนาสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์ พบว่ากลุ่มเด็กและเยาวชนมีคะแนนการรู้เท่าทันสื่ออยู่ในระดับดีถึงร้อยละ ๗๒ และมีพฤติกรรมการใช้สื่อหลายช่องทาง ซึ่งสอดคล้องกับแนวโน้มที่ว่า การใช้สื่อหลายช่องทางช่วยเสริมสร้างความสามารถในการรู้เท่าทันสื่อและสารสนเทศให้ดีขึ้น ขณะเดียวกัน กลุ่มผู้สูงอายุถือเป็นกลุ่มที่น่ากังวลเนื่องจากมีคะแนนการรู้เท่าทันสื่อต่ำที่สุด อยู่ในระดับพื้นฐานเพียงร้อยละ ๖๓ ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ใช้สื่อสังคมออนไลน์ เช่น Facebook และ Line เพื่อรับชมข้อมูล ติดต่อสื่อสาร และค้นหาข้อมูลออนไลน์เป็นหลัก ซึ่งช่องทางเหล่านี้มักมีแหล่งข้อมูลที่ยังขาดความน่าเชื่อถือ ส่งผลให้ผู้สูงอายุเสี่ยงต่อการเข้าใจผิด หลงเชื่อ หรือถูกหลอกลวง โดยเฉพาะเนื้อหาด้านสุขภาพ เช่น ข้อมูลเกี่ยวกับการใช้ยา สมุนไพร หรือการรักษาโรคที่ไม่เป็นจริง รวมถึงการถูกหลอกลวงขายสินค้า ซึ่งผู้สูงอายุยังขาดประสบการณ์และทักษะในการตรวจสอบข้อเท็จจริงอย่างรอบด้าน^{๒๐}

แนวคิดการรู้เท่าทันสื่อของ Center for Media Literacy ถูกนำมาใช้เป็นกรอบหลักในการจำแนกองค์ประกอบของการรู้เท่าทันสื่อ โดยสามารถแบ่งออกเป็น ๕ องค์ประกอบสำคัญดังนี้^{๒๑}

๑. ทักษะการเข้าถึงสื่อ (Access Skill) หมายถึง ความรู้ ความเข้าใจ และพฤติกรรมที่สะท้อนถึงความสามารถของบุคคลในการเปิดโอกาสให้ตนเองเข้าถึงสื่อหลากหลายประเภทได้อย่างทั่วถึง รวดเร็ว และมีประสิทธิภาพ ตลอดจนสามารถรับรู้และทำความเข้าใจเนื้อหาสื่อได้อย่างเหมาะสม มีความสามารถ

^{๑๙} พินิจ อัจฉรรย์ และ พรชนิตร์ สีนาราช, “การวัดระดับการรู้เท่าทันสื่อสังคมของผู้สูงอายุในเขตอำเภอเมืองจังหวัดเชียงใหม่”, *Journal of Information Science Research and Practice*, ปีที่ ๔๒ ฉบับที่ ๓ (กรกฎาคม-กันยายน ๒๕๖๖) : ๕๕.

^{๒๐} ตระหนักจิต ยุตยรรยง, “การรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร”, *รายงานวิจัย*, (มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย, ๒๕๖๕), หน้า ๓.

^{๒๑} Center for Media Literacy, *Media literacy: A definition and more*, [Online], Available: <https://www.medialit.org/media-literacy-definition-and-more> [25 January, 2026].

ในการค้นหาข้อมูลข่าวสารจากแหล่งสื่อที่หลากหลาย ไม่จำกัดอยู่เพียงสื่อประเภทใดประเภทหนึ่ง สามารถจัดเก็บข้อมูลที่เกี่ยวข้องและเป็นประโยชน์ พร้อมทั้งคัดกรองข้อมูลให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ต้องการได้อย่างมีประสิทธิภาพ

๒. ทักษะการวิเคราะห์สื่อ (Analyze Skill) เป็นความสามารถในการแยกแยะและอธิบายสารที่สื่อนำเสนอ ไม่ว่าจะเป็นข้อเท็จจริง ความคิดเห็น การกล่าวอ้างที่เกินจริง ตลอดจนข้อดี ข้อจำกัด และกลวิธีการโน้มน้าวของสื่อประเภทต่าง ๆ รวมถึงการพิจารณาผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นต่อตนเองและผู้อื่นจากการเลือกรับข้อมูลข่าวสาร สามารถอธิบายทั้งวัตถุประสงค์หลักและวัตถุประสงค์แฝงของสื่อได้อย่างครอบคลุม พร้อมให้เหตุผลสนับสนุนอย่างสมเหตุสมผล

๓. ทักษะการประเมินสื่อ (Evaluate Skill) หมายถึง ความสามารถในการตัดสินใจเลือกรับหรือปฏิเสธข้อมูลข่าวสารจากสื่อต่าง ๆ บนพื้นฐานของการวิเคราะห์อย่างรอบด้าน เพื่อแยกแยะสารสนเทศที่สร้างสรรค์และเป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม ผู้เรียนสามารถตีความและประเมินเจตนาของสารที่สื่อเสนอว่าเป็นไปเพื่อประโยชน์หรือแฝงด้วยเป้าหมายอื่นใด อันนำไปสู่การตัดสินใจอย่างเหมาะสม โดยอาศัยประสบการณ์เดิมควบคู่กับหลักคุณธรรมและจริยธรรม

๔. ทักษะการสร้างสรรค์สื่อ (Create Skill) เป็นการเปลี่ยนบทบาทจากผู้รับสารมาเป็นผู้ผลิตสาร โดยสะท้อนถึงความรู้และความสามารถในการออกแบบและนำเสนอข้อมูล ข่าวสาร องค์ความรู้ หรือความคิดเห็นของตนเองผ่านสื่อในรูปแบบที่หลากหลายอย่างถูกต้อง ชัดเจน และมีความรับผิดชอบสามารถใช้เทคโนโลยีสื่อในการปรับแก้และเผยแพร่สารได้อย่างมีประสิทธิภาพ ภายใต้กรอบจริยธรรมและวัตถุประสงค์ที่เหมาะสม

๕. ทักษะการมีส่วนร่วม (Participate Skill) หมายถึง ความสามารถในการเข้าไปมีส่วนร่วมกับสื่อและผู้อื่น ผ่านการวิพากษ์ แสดงความคิดเห็น การทำงานร่วมกัน และการใช้ประโยชน์จากสื่ออย่างสร้างสรรค์ เพื่อการเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารที่ถูกต้องและเป็นประโยชน์ต่อสังคม ตลอดจนการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นอย่างเปิดกว้าง ตรงไปตรงมา และมีความรับผิดชอบ พร้อมทั้งเปิดโอกาสให้ผู้อื่นเข้ามามีส่วนร่วมในการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและใช้ประโยชน์จากสื่อของตนอย่างเหมาะสม

ดังนั้น การส่งเสริมทักษะการรู้เท่าทันสื่อสำหรับผู้สูงวัยจึงไม่ใช่เพียงการให้ความรู้เชิงเทคนิคเกี่ยวกับการใช้งานสื่อดิจิทัลเท่านั้น แต่ยังรวมถึงการสร้างความรู้เข้าใจเชิงวิจรรณญาณ การคิดวิเคราะห์ และการตัดสินใจอย่างมีสติ ผู้สูงวัยจะสามารถคัดกรองข้อมูล รับรู้ความน่าเชื่อถือของแหล่งข่าว และประเมินเจตนาของข้อมูลที่ได้รับได้อย่างเหมาะสม นอกจากนี้ การฝึกฝนทักษะการสร้างสรรค์และมีส่วนร่วมยังช่วยให้ผู้สูงวัยสามารถผลิตและเผยแพร่ข้อมูลอย่างรับผิดชอบ มีความคิดริเริ่ม และสื่อสารกับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ ส่งผลให้การเรียนรู้และการใช้สื่อออนไลน์เป็นเครื่องมือในการพัฒนาคุณภาพ

ชีวิต ส่งเสริมความมั่นใจในตนเอง สร้างความสัมพันธ์ทางสังคม และลดความเสี่ยงต่อการตกเป็นเหยื่อของข้อมูลบิดเบือนหรือการหลอกลวงในสังคมดิจิทัลได้อย่างยั่งยืน

พุทธนวัตกรรมการสื่อสารเพื่อส่งเสริมการรู้เท่าทันข้อมูลออนไลน์ของผู้สูงอายุ

สื่อสังคมออนไลน์ได้ก่อให้เกิดรูปแบบการดำเนินชีวิตใหม่ที่เรียกว่า Mobile Life หรือ พลวัตวิถีชีวิต ซึ่งช่วยละลายข้อจำกัดด้านเวลาและสถานที่ ทำให้ผู้คนสามารถติดต่อสื่อสารและเข้าถึงบริการต่าง ๆ ได้ทุกที่ทุกเวลา ผลกระทบที่เห็นได้ชัดเจนในสังคมไทยคือ การเปลี่ยนแปลงทั้งด้านความคิด ทักษะ และพฤติกรรมของประชากรในสังคมอย่างกว้างขวาง^{๒๒} ทั้งนี้ กลุ่มผู้สูงอายุ (Baby Boomer) ซึ่งเป็นผู้ใช้อินเทอร์เน็ต มีแนวโน้มการใช้งานเพิ่มขึ้นทุกปี อย่างไรก็ตาม หากกลุ่มนี้ขาดความรู้เท่าทันสื่อและทักษะในการใช้สื่อสังคมออนไลน์ อาจเผชิญกับความเสี่ยงต่าง ๆ เช่น ถูกเอารัดเอาเปรียบ ถูกหลอกให้ซื้อสินค้าที่ไม่มีคุณภาพผ่านโฆษณาที่เกินจริง หรือสูญเสียทรัพย์สินได้ง่าย นอกจากนี้ ผู้สูงอายุที่ขาดทักษะเหล่านี้ ยังอาจเป็นกลุ่มที่มีแนวโน้มเผยแพร่หรือส่งต่อข่าวสารปลอม (Fake News) ให้แพร่กระจายออกไปในสังคมออนไลน์ ส่งผลต่อความเข้าใจของสังคมโดยรวมและเพิ่มความท้าทายในการสร้างสังคมดิจิทัลที่เชื่อถือได้

การออกแบบนวัตกรรมการสื่อสารสำหรับผู้สูงอายุไม่เพียงแต่เกี่ยวข้องกับการเลือกช่องทางหรือปรับรูปแบบเนื้อหาให้เข้าใจง่ายขึ้น แต่ยังต้องพิจารณาถึงกลไกการเรียนรู้และกระบวนการคิดของผู้สูงอายุด้วย การกำหนดผู้ส่งสารและผู้รับสารอย่างชัดเจน การเลือกแพลตฟอร์มที่เหมาะสม เช่น Line, YouTube หรือ Facebook และการสร้างปฏิสัมพันธ์สองทาง ล้วนเป็นปัจจัยพื้นฐานที่ทำให้ผู้สูงอายุสามารถเข้าถึงข้อมูลและมีส่วนร่วมในการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นได้อย่างมีประสิทธิภาพ อย่างไรก็ตาม การเข้าถึงเพียงอย่างเดียวไม่เพียงพอ หากผู้สูงอายุไม่สามารถแยกแยะความถูกต้องของข้อมูลได้ การรับข้อมูลอาจกลายเป็นความเสี่ยงต่อความเข้าใจผิดหรือการตัดสินใจที่ไม่เหมาะสม^{๒๓} ทั้งนี้ การประยุกต์ใช้หลักกาลามสูตรเข้ามาในกระบวนการสื่อสารสำหรับผู้สูงอายุช่วยเสริมสร้างความสามารถในการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ผู้สูงอายุจะเรียนรู้ว่าไม่ควรเชื่อข้อมูลเพียงเพราะเห็นซ้ำหลายครั้งหรือรับฟังจากหลายแหล่ง แต่จำเป็นต้องตรวจสอบ วิเคราะห์ และพิจารณาข้อเท็จจริงก่อนยอมรับ การฝึกคิดเชิงวิจารณญาณเช่นนี้ ไม่เพียงป้องกันการหลงเชื่อข้อมูลบิดเบือนเท่านั้น แต่ยังสร้างรากฐานของสติและปัญญา ทำให้ผู้สูงอายุมีความพร้อมในการตัดสินใจอย่างรอบคอบในการใช้สื่อดิจิทัล ในขณะเดียวกัน การใช้หลักโยนิสมนสิการช่วยเสริมความลึกซึ้งของการคิดเชิงเหตุผล ผู้สูงอายุไม่เพียงแต่ตรวจสอบข้อเท็จจริงเท่านั้น แต่ยังสามารถ

^{๒๒} ข่าวสารจุฬา, ผลกระทบของสื่อสังคมออนไลน์ต่อการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรมไทยในมุมมองของนักมานุษยวิทยา, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <https://www.chula.ac.th/news/27969/> [๒๒ มกราคม ๒๕๖๔].

^{๒๓} ชัชชญา เรืองยศ และแอนนา จุมพลเสถียร, “การรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ของผู้สูงอายุ”, *Media and Communication Inquiry*, ปีที่ ๔ ฉบับที่ ๑ (มกราคม-เมษายน ๒๕๖๕): ๑๕๔-๑๖๗.

ประเมินผลกระทบของข้อมูลต่อชีวิตตนเองและสังคมรอบข้าง ทั้งในแง่ของพฤติกรรม การเลือกบริโภค หรือการมีปฏิสัมพันธ์ในสังคมออนไลน์อย่างสร้างสรรค์ การผสานทั้งกาลามสูตรและโยนิโสมนสิการทำให้กระบวนการสื่อสารและการเรียนรู้สำหรับผู้สูงวัยมีความสมดุลระหว่างการรับข้อมูล การประเมินความถูกต้อง และการปรับใช้ในชีวิตจริง ทั้งหมดนี้สะท้อนให้เห็นว่าพุทธนวัตกรรมด้านสื่อสารสำหรับผู้สูงวัยไม่ได้เป็นเพียงเทคนิคการสื่อสาร แต่เป็นกระบวนการบ่มเพาะปัญญาและคุณธรรมควบคู่ไปกับทักษะดิจิทัล เพื่อให้ผู้สูงวัยสามารถดำรงชีวิตอย่างรอบคอบ รู้เท่าทันข้อมูล และมีส่วนร่วมในสังคมดิจิทัลอย่างมีคุณค่า และเมื่อรวมแนวคิดทั้งหมดเข้าด้วยกัน พุทธนวัตกรรมด้านสื่อสารสำหรับผู้สูงวัยจึงสามารถสรุปเป็นแนวทางปฏิบัติได้ดังนี้

๑. การฝึกคิดเชิงวิจารณ์ตามหลักกาลามสูตรเป็นอีกหนึ่งแนวทางสำคัญที่ช่วยให้ผู้สูงวัยไม่ตกเป็นเหยื่อของข้อมูลบิดเบือน หลักกาลามสูตรสอนให้ผู้เรียนไม่เชื่อข้อมูลเพียงเพราะฟังมา เห็นซ้ำ หรือได้รับการยืนยันจากผู้อื่น แต่ต้องตรวจสอบ วิเคราะห์ และพิจารณาข้อเท็จจริงก่อนรับเชื่อ การฝึกทักษะนี้ในบริบทการสื่อสารดิจิทัลหมายถึงการให้ผู้สูงวัยเรียนรู้วิธีประเมินความน่าเชื่อถือของแหล่งข้อมูล การเปรียบเทียบข้อมูลจากหลายช่องทาง และระมัดระวังต่อข่าวสารหรือข้อความที่มีเจตนาบิดเบือน การสร้างกรอบความคิดเช่นนี้ไม่เพียงช่วยป้องกันความเข้าใจผิด แต่ยังพัฒนาสติและปัญญา ทำให้ผู้สูงวัยสามารถตัดสินใจอย่างมีเหตุผลและรอบคอบเมื่อเผชิญกับข้อมูลจำนวนมากในสื่อออนไลน์

๒. การใช้หลักโยนิโสมนสิการในการประเมินผลและปรับใช้ข้อมูลเป็นการต่อยอดจากกระบวนการคิดเชิงวิจารณ์ โดยมุ่งเน้นให้ผู้สูงวัยพิจารณาผลกระทบของข้อมูลต่อชีวิตตนเอง และสังคมรอบข้าง ไม่ใช่เพียงการตรวจสอบความถูกต้องเท่านั้น แต่ยังรวมถึงการประเมินประโยชน์และความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้น เช่น การปรับพฤติกรรม การตัดสินใจในการบริโภค หรือการมีปฏิสัมพันธ์บนสื่อออนไลน์อย่างสร้างสรรค์ การใช้โยนิโสมนสิการช่วยให้ผู้สูงวัยสามารถแยกแยะข้อมูลที่เหมาะสมและนำไปปรับใช้ได้อย่างรอบด้าน เป็นการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ ความเข้าใจ และการปฏิบัติที่สอดคล้องกับคุณธรรมและความรับผิดชอบต่อสังคม

๓. การสร้างสภาพแวดล้อมการเรียนรู้เชิงพุทธเป็นองค์ประกอบที่ช่วยสนับสนุนทั้งสามแนวคิดข้างต้น การสร้างบรรยากาศแห่งความอดทน มีเมตตา และร่วมมือกันระหว่างผู้สูงวัย ครอบครัว หรือผู้ฝึกอบรม ทำให้ผู้สูงวัยรู้สึกปลอดภัยที่จะถาม แสดงความคิดเห็น และทดลองใช้ข้อมูล การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในลักษณะนี้ส่งเสริมการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมและยั่งยืน อีกทั้งยังสนับสนุนการใช้สื่อดิจิทัลอย่างมีวิจารณญาณและสร้างสรรค์ เนื่องจากผู้สูงวัยสามารถได้รับฟังความคิดเห็นที่หลากหลาย ประเมินความถูกต้องของข้อมูล และปรับใช้ความรู้ได้อย่างเหมาะสมโดยไม่เกิดความเครียดหรือความสับสน

ดังนั้น พุทธนวัตกรรมด้านสื่อสารสำหรับผู้สูงอายุไม่ใช่เพียงเทคนิคในการส่งข้อมูล แต่เป็นกระบวนการสร้างปัญญาและคุณธรรมควบคู่ไปกับทักษะดิจิทัล ผู้สูงอายุสามารถรับข้อมูล วิเคราะห์ ประเมิน และปรับใช้ได้อย่างมีวิจารณญาณ พร้อมทั้งมีส่วนร่วมในสังคมดิจิทัลอย่างสร้างสรรค์และมีคุณค่า ทั้งยังเป็นการส่งเสริมการเรียนรู้แบบต่อเนื่องและเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในยุคที่สื่อสารออนไลน์มีบทบาทอย่างสำคัญ

องค์ความรู้ใหม่

การรู้เท่าทันสื่อออนไลน์สำหรับผู้สูงอายุ



ภาพที่ ๑ องค์ความรู้จากบทความ

นวัตกรรมนี้เป็นการบูรณาการหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเข้ากับกระบวนการสื่อสารสมัยใหม่เพื่อสร้าง “ภูมิคุ้มกันดิจิทัล” ให้กับผู้สูงอายุ โดยแบ่งโครงสร้างองค์ความรู้ออกเป็น ๓ ส่วนหลัก ดังนี้

๑. กลยุทธ์แกนกลาง (Core Strategy) ด้วย ๓ ประสานเพื่อปัญญา เป็นการรู้เท่าทันสื่อซึ่งเริ่มต้นที่การปรับ “กระบวนการคิด” โดยใช้หลัก ๓ ประการประสานกัน ประกอบไปด้วย (๑) หลักกาลามสูตร (พินิจพิเคราะห์) เน้นการตรวจสอบข้อเท็จจริงก่อนที่จะปักใจเชื่อ ไม่หลงเชื่อเพียงเพราะแชร์ต่อกันมา หรือภาพลักษณ์ที่ดูน่าเชื่อถือ (๒) หลักโยนิโสมนสิการ (คิดโดยแบบคาย) ฝึกให้ผู้สูงวัยรู้จักคิดแบบเป็นเหตุเป็นผล พิจารณาข้อมูลอย่างมีสติและรู้ตัว เพื่อแยกแยะประโยชน์และโทษของข้อมูลนั้น ๆ และ (๓) หลักการสื่อสาร (ความเข้าใจ) เน้นการสื่อสารสองทาง (Two-way Communication) ที่มีความชัดเจนและใช้ช่องทางที่ผู้สูงวัยเข้าถึงได้ง่ายและไม่ซับซ้อน

๒. กระบวนการปฏิบัติเชิงรุก (๓ Action Pillars) เพื่อให้เกิดผลในทางปฏิบัติ นวัตกรรมนี้ได้กำหนดเสาหลักในการดำเนินงาน ๓ ขั้นตอน ประกอบไปด้วย (๑) เสาหลักที่ ๑ การออกแบบเนื้อหาเชิงรุก ข้อมูลต้องถูกย่อยให้เข้าใจง่าย ไม่ซับซ้อน และเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้มีส่วนร่วมในการเรียนรู้ ไม่ใช่เพียงผู้รับสารฝ่ายเดียว (๒) เสาหลักที่ ๒ การคัดกรองข้อมูล (Critical Thinking) ตรวจสอบแหล่งที่มาของข้อมูลอย่างสม่ำเสมอ โดยใช้ตะแกรงร่อนคือ “หลักกาลามสูตร” เพื่อวิเคราะห์ความน่าเชื่อถือของเนื้อหาออนไลน์ และ (๓) เสาหลักที่ ๓ การประเมินผลและประยุกต์ใช้ คัดเลือกข้อมูลที่เหมาะสมกับบริบทชีวิตจริง และประเมินผลกระทบ (ทั้งต่อตนเองและสังคม) ก่อนที่จะตัดสินใจ “กดแชร์” หรือนำไปใช้

๓. เป้าหมายสูงสุด (Ultimate Goal) การขับเคลื่อนนวัตกรรมนี้ไม่ได้มุ่งหวังเพียงแค่การอ่านออกเขียนได้ทางดิจิทัล แต่ต้องการสร้างสภาพแวดล้อมการเรียนรู้ที่ยั่งยืนในเชิงพุทธ เพื่อส่งเสริมให้สังคมผู้สูงอายุเต็มไปด้วยปัญญา (Wisdom) และความสงบสุขในโลกยุคดิจิทัล

สรุป

ในยุคดิจิทัล ผู้สูงวัยกลายเป็นกลุ่มผู้ใช้สื่อออนไลน์ที่สำคัญ แต่การรับรู้และประมวลผลข้อมูลของผู้สูงวัยมักได้รับอิทธิพลจากประสบการณ์เดิม ความคุ้นเคยกับสื่อแบบดั้งเดิม และข้อจำกัดด้านทักษะดิจิทัล ส่งผลให้ผู้สูงวัยเสี่ยงต่อการตกเป็นเหยื่อของข้อมูลบิดเบือน ข่าวปลอม และการหลอกลวง โดยเฉพาะข้อมูลด้านสุขภาพ การพัฒนาทักษะการรู้เท่าทันสื่อ (Media Literacy) จึงมีความสำคัญเพื่อสร้างการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจอย่างมีสติ และใช้สื่อออนไลน์อย่างปลอดภัย

จากการรวบรวมข้อมูลทั้งเชิงเอกสารและงานวิจัย พบว่า ผู้สูงวัยนิยมใช้สื่อสังคมออนไลน์ เช่น Facebook, Line และ YouTube เพื่อสื่อสารและค้นหาข้อมูล แต่ผู้สูงวัยส่วนใหญ่ขาดทักษะในการตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูล ทำให้เกิดความเสี่ยงต่อการเข้าใจผิดหรือถูกหลอกลวง การส่งเสริมทักษะการรู้เท่าทันสื่อจึงต้องรวมถึงการเข้าถึงสื่อ การวิเคราะห์ การประเมิน การสร้างสรรค์ และการมีส่วนร่วม ซึ่งบทความนี้เสนอพุทธนวัตกรรมด้านการสื่อสารเป็นกรอบเชิงปฏิบัติที่ผสมผสานหลักการสื่อสาร กาลามสูตร และโยนิโสมนสิการ โดยใช้หลักการสื่อสารเพื่อสร้างช่องทางการสื่อสารที่เข้าใจง่าย สร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้ส่งสารและผู้รับสารอย่างเหมาะสม หลักกาลามสูตรช่วยให้ผู้สูงวัยสามารถตรวจสอบข้อเท็จจริง คิดอย่างมีวิจารณญาณ และแยกแยะข้อมูลที่ถูกต้องจากข้อมูลบิดเบือน ขณะที่หลักโยนิโสมนสิการเน้นการคิดเป็นเหตุเป็นผล ใช้ข้อมูลอย่างมีสติ และประเมินผลลัพธ์ก่อนตัดสินใจ ผลลัพธ์ที่คาดหวังคือการส่งเสริม การรู้เท่าทันข้อมูลออนไลน์ของผู้สูงวัย ให้สามารถใช้สื่อดิจิทัลอย่างสร้างสรรค์ มีสติ และมีคุณธรรม นอกจากนี้ยังช่วยสร้างสภาพแวดล้อมการเรียนรู้เชิงพุทธที่ส่งเสริมความเป็นพลเมืองดิจิทัล ป้องกันการตกเป็นเหยื่อของข้อมูลหลอกลวง และเสริมสร้างความสัมพันธ์ทางสังคมให้ผู้สูงวัยรู้สึกมีคุณค่าและเป็นส่วนหนึ่งของสังคม

ดังนั้น การประยุกต์แนวคิดพุทธเข้ากับนวัตกรรมด้านการสื่อสารเป็นแนวทางเชิงปฏิบัติที่เหมาะสมต่อการพัฒนาทักษะดิจิทัลของผู้สูงวัยในยุคดิจิทัล ช่วยให้ผู้สูงวัยสามารถใช้สื่อออนไลน์อย่างมีประสิทธิภาพ ปลอดภัย และส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต

บรรณานุกรม

- ข่าวสารจุฬา. ผลกระทบของสื่อสังคมออนไลน์ต่อการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรมไทย ในมุมมองของนักมานุษยวิทยา. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <https://www.chula.ac.th/news/27969/> [๒๒ มกราคม ๒๕๖๙].
- ชัชชญา เรืองยศ. “การรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ของผู้สูงวัย”. การค้นคว้าอิสระ วารสารศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการการสื่อสารองค์กร. คณะวารสารศาสตร์และสื่อสารมวลชน: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๖๓.
- ตระหนักจิต ยุตยรรยง. “การรู้เท่าทันสื่อสังคมออนไลน์ของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร”. รายงานวิจัย. มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย, ๒๕๖๕.
- ธনী ทิระพรชัย. “พุทธนวัตกรรมการพัฒนาทุนมนุษย์”. วารสารสหวิทยาการนวัตกรรมการบริหาร. ปีที่ ๗ ฉบับที่ ๑ (มกราคม - กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗): ๓๑๓.
- พระเทพวัชรบัณฑิต (สมจินต์ สมมาปญโญ). มจร ชู “พุทธนวัตกรรมการเรียนรู้และพัฒนาที่ยั่งยืน. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <https://d.dailynews.co.th/education/828960/> [๒๒ มกราคม ๒๕๖๙].
- พระพรหมวชิรญาณ (ปสฤทธิ เขมังกโร สุทธิพันธุ์). เพชรพระไตรปิฎก. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด เจริญวิทยการพิมพ์, ๒๕๖๑.
- พระศรีคัมภีรญาณ (สมจินต์ วันจันทร์). พุทธปรัชญา. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.
- พินิจ อัจจรรย และ พรชนิตว์ ลีนาราช. “การวัดระดับการรู้เท่าทันสื่อสังคมของผู้สูงอายุในเขตอำเภอเมืองจังหวัดเชียงใหม่. Journal of Information Science Research and Practice. ปีที่ ๔๒ ฉบับที่ ๓ (กรกฎาคม - กันยายน ๒๕๖๖): ๕๕-๖๘.
- มนัสสินี บุญมีศรีสง่า และมินตรา สดชื่น. “รูปแบบการใช้สื่อโซเชียลมีเดียของผู้สูงอายุในสังคมไทย กรณีศึกษาเขตกรุงเทพมหานคร”. รายงานสืบเนื่องการประชุมสัมมนาวิชาการ (Proceedings) การประชุมวิชาการมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล ครั้งที่ ๙. มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลรัตนโกสินทร์, ๒๕๖๐.

รมิดา แอนดริวส์, ชันทอง วัฒนะประดิษฐ์ และ พระครูปลัดอดิศักดิ์ วชิรปญโญ. “การประยุกต์ใช้หลักสติเพื่อการสื่อสารอย่างสันติสุขกับผู้สูงอายุ”. วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์ มจร. ปีที่ ๑๑ ฉบับที่ ๒ (มีนาคม-เมษายน ๒๕๖๖): ๕๕๙.

ศิโรท แท่นรัตนกุล. “ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้การเท่าทันสื่อกับความต้องการเรียนรู้การเท่าทันสื่อด้านสุขภาพของผู้สูงอายุในจังหวัดเชียงใหม่”. CRRU Journal of Communication. ปีที่ ๘ ฉบับที่ ๑ (๒๕๖๘): ๗๗-๗๘.

_____. “การพัฒนากิจกรรมการเรียนรู้และส่งเสริมการเรียนรู้เท่าทันสื่อด้านสุขภาพเพื่อสร้างภูมิคุ้มกันด้านสุขภาพและพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ”. รายงานวิจัย. มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่, ๒๕๖๗.

อัญมณี ภักดีมวชน และคมสัน รัตนะสิมากุล. “รูปแบบการใช้ประโยชน์และการรู้เท่าทันสื่อเฟซบุ๊กของผู้สูงอายุ”. วารสารวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย. ปีที่ ๑๗ ฉบับที่ ๒ (กรกฎาคม – ธันวาคม ๒๕๖๕): ๒๒-๒๔.

Berger, C.R., & Calabrese, R.J. “Some explorations in initial interaction and beyond: Toward a developmental theory of interpersonal communication”. **Human Communication Research**. Vol.1 No.2 (1975): 99-112.

Bloom, B.S. (Ed.). “Taxonomy of educational objectives: The classification of educational goals”. **Handbook I: Cognitive domain**. Longmans: Green, 1959.

Center for Media Literacy. **Media literacy: A definition and more**. [Online] Available: <https://www.medialit.org/media-literacy-definition-and-more> [25 January, 2026].

Matlabi, H., Allahverdipour, H., & Ahmadi, A.. “Online misinformation against older adults during the COVID-19 pandemic: A brief overview”. **Elderly Health Journal**. Vol.9 No.1 (2023): 39-43.

Morton, J.A.. **Organizing for innovation; A systems approach to technical management**. New York: McGraw-Hill, 1971.

Roger, E.M. & Shoemaker, F.F.. **Communication of Innovation**. 2nd ed.. New York: The Free Press, 1971.

Shannon, C.E.. “A mathematical theory of communication”. **Bell System Technical Journal**. Vol.27 (1948): 379-423, 623-656.

Xing, Y.. “The use of uncertainty reduction theory in communication”. **Journal of Education, Humanities and Social Sciences**. Vol.22 (2023): 321-327.